

PLANNING COURS COLLECTIFS ÉTÉ

PLANNING RÉDUIT DU 14 AU 20 JUILLET
PAS DE COURS DU 21 JUILLET AU 03 AOÛT
PLANNING RÉDUIT DU 04 AOÛT AU 10 AOÛT



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI 10h00
09h00						Cours aléatoire
10h00	Pilates	Cross training			LES MILLS BODYPUMP	
- -						DIMANCHE 09h30
12h15		Total abdos	Cross training			
14h00		Gym douce				
17h15			Total abdos	Pilates		
18h00		C.A.F cuisses abdos fessiers	LES MILLS BODYPUMP	C.A.F cuisses abdos fessiers		
18h15	Cycling					
19h00	Cross training					
19h15						

Planning du 14 juillet au 10 août **PAS DE COURS DU 21 JUILLET AU 03 AOÛT** / le cours a lieu dès 3 participants.
 Energy Zone se réserve le droit de modifier à tout moment le planning. Durée du cours 45' - Total abdos 30'
 Le cours aléatoire du samedi matin est à découvrir sur votre application mobile.
 Réservation obligatoire via l'application.